

## ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В НЕБЛАГОПОЛУЧНЫХ УСЛОВИЯХ

*Дворянинович С.Н., I курс,  
Гаврилик М.В., ст. преподаватель,  
УО «Полесский государственный университет»*

Изменения, происходящие в природе и в современном обществе в связи с урбанизацией и значительным загрязнением окружающей среды, гиподинамия, снижение деятельного интереса к занятиям физической культурой и спортом, являются одними из причин ухудшения здоровья детей, молодежи и других возрастных групп населения. Несмотря на усилия ученых, медиков, работников физической культуры и спорта по разработке новых программ оздоровления, эффективность их реализации для профилактики и улучшения здоровья населения по-прежнему остается на невысоком уровне (И. И. Дуб. 1998; Е. В. Кузьмичева, 1998; Г. И. Нарский. 2003; А. В. Зацепин, 2004).

Современные методы экологического и радиационного мониторинга, изучения процессов, происходящих в окружающей среде, исследование биологических процессов предполагает широкое использование информационных технологий как для обработки результатов измерений, анализа накопленных данных, так и для информационной поддержки принятия решений. Это особенно актуально для Беларуси, в которой, кроме обычных видов экологического мониторинга, проводятся многолетние исследования последствий катастрофы на Чернобыльской АЭС в рамках Государственных программ с целью минимизации их воздействия на здоровье населения и развитие экономики.

Современные исследования, касающиеся изучения человека, должны носить комплексный характер, отражая функционирование и взаимосвязь различных уровней индивидуальности. Укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности людей, приобщение их к здоровому образу жизни на основе валеологически обоснованной организации образовательного процесса, а также коррекция физического состояния учащихся сегодня является одной из наиболее острых проблем социальной политики.

С учетом ранее изложенного можно сделать заключение, что для детей и подростков, проживающих на территориях Чернобыльского загрязнения, необходима разработка специальной методики коррекции физического состояния, которая способствовала бы повышению адаптационного резерва организма детей, обеспечивая достаточный уровень функциональной и физической подготовленности.

В учебно-воспитательный процесс по физическому воспитанию необходимо внедрение новых организационных, методических и научных разработок, поиск новых подходов к физической подготовке. Один из таких подходов предполагает использование в качестве содержательной основы физического воспитания средств одного из видов спорта в сочетании со средствами общеподготовительной направленности, обеспечивающими разностороннюю физическую подготовленность. В связи с изложенным, становится особенно актуальным поиск путей оздоровления детей, проживающих на территориях с неблагоприятной экологической обстановкой, профилактики и снижения риска экологически обусловленных патологических реакций. Для этого необходимо скорректировать концепцию сохранения, укрепления и формирования здоровья детей. В настоящее время целесообразнее говорить о таких мерах воздействия, при использовании которых организм сам оптимизирует работу своих органов и систем, нивелируя воздействие внешней среды и оставаясь здоровым. Одним из факторов, снижающих при определенных условиях отрицательное воздействие окружающей среды на здоровье детей, является физическое воспитание, так как доказано, что двигательная активность способствует формированию потенциала адаптивных способностей человека. Установлено, что тренированный к физическим нагрузкам организм подростка становится более устойчивым к изменяющимся условиям среды. Кроме этого, физическую активность можно рассматривать как филогенетический, детерминированный фундамент для широкого круга морфофункциональных характеристик и свойств человека. Доказано, что традиционный урок физической культуры по содержанию, объему и интенсивности нагрузок прежде всего направлен на решение обучающих задач, при этом решение задач оздоровительных, связанных с расширением функциональных возможностей развивающегося организма школьника, оказывают минимальное влияние на повышение толерантности к неблагоприятным факторам среды.